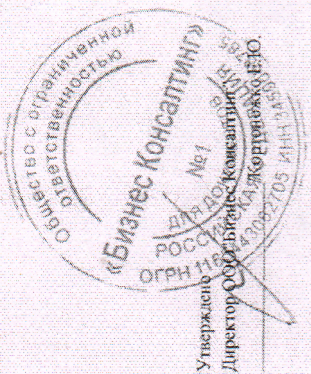




Согласовано: М.О.У. Верbitsкая С.С.
 Директор: А.И. Шамшуров



Утверждено: 06.10.2023
 Директор: А.И. Шамшуров

10-ти дневное меню для обеспечения горячим питанием обучающихся возрастной группы 7-11 лет

№ рец. по сбор.	Наименование блюда	Цена Рубли	вес блюда		Пищевые вещества				Энергет. ценность		Витамины		
			7-11 лет	12-18 лет	Б	Ж	У	У	ккал	ккал	7-11 лет	12-18 лет	
1	2												
7071/2017ж	овощи по сезону (огурец свежий, соевый)	11	60	100	0,48	0,06	0,08	1,02	1,36	6	10	2,1	3,5
822/2017ж	борщ с капустой и картофелем со сметаной	17	200/10	250/10	1,9	2,4	7,8	10,5	13,1	105,2	131,5	0,70	0,87
255/2017ж	печень по строгоновски	29	100	100	13,26	11,23	11,23	3,52	3,52	185,00	185,00	7,64	7,64
203/2017ж	макаронные изделия с маслом	15	150,0	180,0	5,73	6,07	7,28	31,98	38,37	205,50	246,60	0,00	0,00
702/2010ж	хлеб ржесный	5,01	50	50	2,37	0,56	0,56	21,75	21,75	109,5	109,5	0,00	0,00
701/2010ж	хлеб пшеничный	3	40	40	3,08	0,96	0,96	21,36	21,36	106,40	106,40	0,00	0,00
342/2011ж	компот из свежих плодов	8	200	200	0,1	0,2	0,2	27,5	27,5	112,7	112,7	0,9	0,9
	Итого	88,01	810,0	930,0	26,94	25,24	28,06	117,61	126,98	830,30	901,70	11,34	12,91
	Норма обмена по СанПин 30% - 35% ± 5%		700	800	23,1-26,95	23,7-26,95	27,32-30,5	109,5-117,25	114,9-134,05	705-822,5	816-952		

Вариант 5